

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Сорокина М.А. Сорокина

**Меню на 30.09.2025**

2 день 1 недели	Выход		Ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша манная молочная	150	200	161,2/215
Какао с молоком	180	180	107/107
Бутерброд с маслом	35/5	35/5	136/136
<b>2 завтрак</b>	200/30	200/ 30	92/92 75/75
Сок фруктовый или овощной. Вафля			
<b>Обед</b>	40	50	37,5/46,8
Салат из свеклы			
Рассольник ленинградский (со сметаной)	150	200	87,08/ 116,11
Жаркое по-домашнему	120	150	209,9/ 242,3
Компот из свежих плодов (витаминизированный)	150	200	74,1/98,8
Хлеб ржаной	35	40	59,1/67,6
<b>Уплотненный полдник</b>			
Омлет натуральный	110	110	
Хлеб пшеничный	25	30	57,5/69
Кисель из плодов или ягод свежих	180	200	99,72/ 110,77
Фрукт. Банан	95	100	84,5/88,9

Руководитель СП «Детский сад №29» ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Карпова Е.С.